

PERBEDAAN SKOR NYERI SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN TERAPI SU JOK: STUDI RETROSPEKTIF

INTISARI

Latar Belakang: Rasa sakit di kepala merupakan respons nyeri di sekitar kepala yang mengakibatkan ketidaknyamanan bagi seseorang dalam menjalani kegiatan sehari-hari. Nyeri kepala dibagi menjadi tiga kategori, yaitu nyeri kepala primer, sekunder dan nyeri kepala khusus. Salah satu cara tanpa obat untuk mengurangi nyeri kepala, yaitu terapi Su Jok yang merupakan metode alternatif yang dilakukan dengan pemijatan dan atau menempelkan biji untuk mengurangi rasa sakit.

Tujuan Penelitian: Membandingkan skor nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi Su Jok pada staf tenaga kesehatan dan masyarakat melalui data sekunder pengabdian masyarakat

Metode Penelitian: Penelitian ini menerapkan desain *non-experiment* yang menggunakan studi retrospektif berupa data sekunder yang dikumpulkan antara bulan Maret-Juni tahun 2025 dengan menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang berjumlah 84 responden yang merasakan nyeri kepala. Uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test*

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mendapatkan data sejumlah 84 responden dengan rentang usia responden adalah antara umur 20-73 tahun, dengan mayoritas adalah wanita. Skor nyeri dari responden antara skor 3-7. Nilai median skor nyeri sebelum dilakukan terapi Su Jok adalah 5.00 dan sesudah dilakukan terapi Su Jok mendapat nilai median adalah 3.00. Analisis menunjukkan adanya perbedaan tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi Su Jok ($p=0,001$).

Kesimpulan: Adanya perbedaan skor nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi Su Jok pada staf tenaga kesehatan dan masyarakat

Kata kunci : Keluhan Nyeri, *Numeric Rating Scale*, Nyeri Kepala Primer, Terapi Su Jok, Studi Retrospektif

DIFFERENCE IN HEADACHE PAIN SCORES BEFORE AND AFTER SU JOK THERAPY: A RETROSPECTIVE STUDY

ABSTRACT

Background: Headache is pain response around the head that causes discomfort for a person in carrying out daily activities. Headaches are divided into three categories: primary headache, secondary headache and specific headaches. One non-medication way to reduce headache pain is Su Jok therapy, which is an alternative method carried out by massaging and/or attaching seeds to reduce the pain

Objective: To compare pain scores before and after Su Jok therapy was carried out on health staff and the community who experienced pain which had been carried out in community service.

Methods: This study used a non-experimental design using a retrospective study in the form of data through secondary data in March-June 2025 with a Purposive Sampling technique through respondent inclusion criteria. The data obtained results of 84 respondents who experienced headaches. Statiscial testing was conducted using the Wilcoxon signed-rank test.

Results: The results showed that 84. Respondents were between 20 until 73 years old, with the majority being women. The pain scale ranged from 3 to 7. The median pain score before Su Jok therapy was 5.00, and after Su Jok therapy, the median score was 3.00. The analysis showed a difference in pain scores before and after Su Jok therapy ($p = 0.001$).

Conclusion: There was a significant difference in pain scores before and after Su Jok therapy in health staff and the community.

Keywords : *Pain Complaints, Numeric Rating Scale, Primary Headache, Su Jok Therapy, Retrospective Study*